

ÈVIC informa: el estrés incrementa las patologías de la voz

Jordi Muixí, director de ÈVIC y experto en técnicas de la voz, interpretación y oratoria, alerta sobre la importancia de la relajación en el proceso de creación del sonido, y en la educación y la prevención para evitar enfermedades derivadas de un mal uso del aparato fonador.

Hay ámbitos profesionales en los que el uso de la voz es de capital importancia: la docencia, la locución, la interpretación, el canto, el telemarketing ... Los profesionales de estos sectores, especialmente, necesitan conocer el funcionamiento de la voz, y del cuerpo en relación a ésta, para hacer un uso propicio, hablar con claridad, nitidez y con el volumen adecuado, conseguir seguridad y capacidad de convicción, evitar lesiones derivadas del mal uso del aparato fonador y producir un sonido de calidad.

El estrés y la ansiedad son un factor de riesgo para padecer problemas vocales, junto con la falta de sueño, el ruido, la sequedad ambiental, el humo y el alcohol. La importancia de la relajación en el proceso de creación del sonido es absoluta. Para que nuestro cuerpo pueda funcionar a la perfección al producir sonido, necesitamos que esté libre de tensiones y el instrumento pueda llevar a cabo sus funciones adecuadamente. Cualquier grado de tensión corporal, por pequeño que sea, influye en el resultado del sonido que emitiremos. Si no lo emitimos en condiciones, podemos dañar nuestro aparato.

La Ley de prevención de riesgos laborales contempla los nódulos en las cuerdas vocales como enfermedad profesional. Las patologías de la voz son muy frecuentes en los profesionales que tienen la voz como herramienta de trabajo, especialmente en los docentes, comportando un gran número de incapacidades laborales transitorias.

La principal medida de corrección y prevención de los problemas de la voz para su utilización profesional, explica Muixí, es la formación práctica en técnica vocal, que permite detectar y minimizar los problemas foniátricos y establecer las pautas para una praxis saludable y adecuada. Otras medidas de prevención son la mejora de las condiciones ambientales, controlando el nivel de humedad, la ventilación y la renovación del aire, y llevar un estilo de vida saludable.

Jordi Muixí dirige ÈVIC Formación, una empresa de formación que imparte entrenamiento adecuado en todas las disciplinas de la formación de la voz y el cuerpo, y el crecimiento personal. Doctorando en Artes escénicas, licenciado en Arte Dramático (Instituto del Teatro de la Diputación de Barcelona), Becas Fulbright, Agaur y EAOE para estudios en Artes Escénicas en Nueva York. Profesor de voz, canto y dicción (catalana, castellana e inglesa), interpretación y oratoria. Actor de teatro, cine y televisión. Desde 1998 imparte cursos por toda la geografía europea y en Estados Unidos.

ÈVIC Formación entrena a los profesionales que necesitan la voz en su día a día, facilitándoles el aprendizaje práctico de la técnica, así como el conocimiento de hábitos posturales y de salud, y dándoles las herramientas necesarias para adquirir rutinas de trabajo que les permitan afrontar en condiciones óptimas las necesidades que se presenten diariamente.

Más información:

www.evicformacio.com

informacio@evicformacio.com

Tel. 678889617

Datos de contacto:

www.evicformacio.com

Tel. 678889617

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Artes Escénicas](#) [Música](#) [Educación](#) [Medicina alternativa](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>